

BAB I

PENDAHULUAN

Bab ini berisikan tentang pendahuluan dari penelitian yang akan dilakukan. Pada bab ini akan membahas tentang latar belakang penelitian, pertanyaan penelitian, tujuan penelitian dan manfaat penelitian mengenai “Hubungan Stres Akademik dengan *Cyberloafing* Pada Mahasiswa Psikologi Universitas Pendidikan Indonesia Bandung.”

A. Latar Belakang

Gawai telah menjadi bagian penting dari kehidupan manusia dengan keberadaannya yang dapat mempermudah segala aktivitas sehari-hari. (Hamrat, dkk., 2019). Perkembangan yang pesat pada internet mendasari berbagai fenomena *platform* yang berimbuhan “e” karena berbasis internet, dan internet sudah mulai menjadi kebutuhan sehari-hari, contohnya adalah *e-communication*, *e-education*, *e-trade*, *e-health*, dan *e-business* (Wood & Smith, 2005; Yilmaz, dkk, 2015). Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) mengungkapkan bahwa terdapat 171,17 juta pengguna internet di Indonesia pada tahun 2018 (Haryanto, 2019). Survei tersebut menyebutkan bahwa usia milenial adalah pengguna kedua teratas di Indonesia, yaitu 20 sampai 24 tahun dengan penetrasi 88,5%.

Simanjuntak, dkk (2019) menyebutkan bahwa frekuensi akses internet di sektor pendidikan Indonesia meningkat terutama pada perguruan tinggi. Sebagian besar universitas di Indonesia menyediakan akses internet secara gratis bagi mahasiswa sebagai salah satu sarana untuk menunjang proses pembelajaran. Morgan (2012) dalam penelitiannya mengemukakan bahwa akses internet bagi para mahasiswa dapat membantu komunikasi, mempermudah pencarian informasi dan data perpustakaan serta membantu dalam proses perkuliahan untuk berinteraksi dengan dosen. Sebagai tambahan, ketersediaan akses internet diharapkan juga dapat menunjang proses belajar mandiri dan meningkatkan hasil belajar pada mahasiswa sebagai *adult learner* karena internet sebagai akses pada materi-materi belajar yang lebih mutakhir (Lee & Tsai, 2011). Meskipun banyak manfaat yang diberikan teknologi saat ini, penggunaan teknologi yang secara

tidak sengaja, berlebihan dan tidak terkontrol oleh individu menimbulkan beberapa masalah seperti *cyberloafing*.

Penelitian dari Wu, dkk. (2018) mengatakan bahwa *cyberloafing* merupakan penggunaan internet secara santai di tempat kerja atau di sekolah. Dalam ruang lingkup pendidikan, Kalayci (2010) mendefinisikan *cyberloafing* sebagai kecenderungan siswa untuk menggunakan akses internet dengan tujuan yang tidak berhubungan dengan kegiatan akademik. Beberapa kegiatan tersebut diantaranya berupa memainkan handphone, tab, ipad, laptop maupun gawai lainnya (Putri & Sokang, 2017). Studi mengenai *cyberloafing* dalam konteks organisasi wilayah Asia dari Lim, dkk. (2002) menjelaskan bahwa *cyberloafing* adalah ketika karyawan menggunakan akses internet perusahaan selama jam kantor untuk menelusuri situs web keperluan pribadi yang tidak terkait dengan pekerjaan. Robbins & Judge (2008) menyatakan *cyberloafing* adalah tindakan individu yang menggunakan akses internet lembaganya selama kerja untuk kepentingan pribadi dan aktivitas internet lainnya yang tidak berhubungan dengan pekerjaan.

Cyberloafing memang dapat menghilangkan perasaan bosan selama jam kerja (Andreaseen, Torsheim & Pallesen, 2014), tak terkecuali juga selama proses pembelajaran. Namun, *cyberloafing* juga dapat menyebabkan mahasiswa tidak fokus pada proses pembelajaran. Adapula penelitian dari Wu, dkk. (2018) yang menunjukkan bahwa *cyberloafing* di salah satu Universitas di Cina memberikan dampak positif sebagai pemulihan mahasiswa setelah proses pembelajaran.

Prasad, dkk. (2010) menemukan fenomena mahasiswa di perguruan tinggi yang menggunakan akses internet kampus untuk kepentingan pribadi selama jam kuliah. Hal tersebut didukung hasil penelitian Yasar dan Yurdugul (2008), bahwa ada kecanduan *cyberloafing* di perguruan tinggi Turki. *Cyberloafing* di perguruan tinggi berupa mengakses *facebook*, *twitter*, *game online*, menerima pesan, dan aktivitas internet lainnya yang tidak terkait dengan pelajaran (Yasar & Yurdugul; dalam Fuadiah dkk, 2008).

Dampak *cyberloafing* di kelas relatif berkaitan dengan hasil belajar yang buruk, seperti kinerja kelas dan IPK rendah (Ravizza, dkk, 2016). Hal tersebut disebabkan karena memaksa mahasiswa untuk melakukan banyak tugas dengan berkurangnya waktu,

energi bahkan perhatian untuk belajar mengakibatkan mahasiswa merasakan stres. Beban perkuliahan yang berat membuat mahasiswa mencari penyaluran stres dengan melakukan pengalihan, yang salah satu bentuknya berupa *cyberloafing* (Pardede, 2018). Dengan menggunakan taxonomi *coping* dari Lazarus & Folkman (1984), Henle & Blanchard (2008) menyatakan bahwa *Cyberloafing* adalah salah satu bentuk lain dari *emotion – focused coping* yang mana hal ini merupakan usaha mengatasi stres dengan cara mengatur respon emosional dalam rangka menyesuaikan diri dengan dampak yang akan ditimbulkan oleh suatu kondisi atau situasi yang dianggap penuh tekanan

Berdasarkan pemaparan diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai stres akademik yang dikaitkan dengan *cyberloafing*. Peneliti memfokuskan kajian penelitian pada mahasiswa dengan judul “Hubungan antara stres akademik dan *cyberloafing* pada Mahasiswa Psikologi Universitas Pendidikan Indonesia.”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah terdapat hubungan stres akademik dengan *cyberloafing* pada mahasiswa Psikologi Universitas Pendidikan Indonesia?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan pertanyaan penelitian, tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk menguji data secara empirik mengenai hubungan stress akademik dan *cyberloafing* pada mahasiswa psikologi Universitas Pendidikan Indonesia.

D. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah sumbangan informasi dan referensi bagi bidang ilmu psikologi. Secara spesifiknya sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis, hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan psikologi khususnya mengenai stres akademik dan *cyberloafing* serta menjadi referensi bagi peneliti lain yang hendak melakukan penelitian dengan variabel yang sama. Pun, untuk membuka pintu menuju penelitian lain yang lebih mendalam.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi mahasiswa, dapat memberikan pemahaman dan informasi lebih mengenai perlunya membatasi aktivitas penggunaan gawai (*cyberloafing*) saat jam pelajaran agar tidak memengaruhi kualitas pembelajarannya.
- b. Bagi Dosen, dapat menambah pemahaman mengenai stres akademik dan penggunaan gawai oleh mahasiswa saat di kelas untuk tujuan non-akademik. Selain itu, dapat dijadikan referensi untuk membuat kebijakan terkait penggunaan gawai saat jam pelajaran berlangsung.

E. Struktur Penulisan Penelitian

Sistematika penelitian ini dibagi menjadi lima bab sebagai yang dijelaskan di bawah ini:

1. BAB I PENDAHULUAN

Bab ini berisikan tentang latar belakang masalah yang ingin diteliti, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan struktur penulisan penelitian.

2. BAB II KAJIAN TEORI

Bab ini berisikan tentang teori dan konsep mengenai stres akademik dan *Cyberloafing* serta menjelaskan kerangka berpikir, hipotesis dan asumsi penelitian.

3. BAB III METODE PENELITIAN

Bab ini menjelaskan tentang desain penelitian yang digunakan, populasi dan sampel serta teknik sampling yang digunakan, variabel penelitian dan definisi operasional, teknik pengambilan data, instrumen penelitian yang digunakan dan teknik analisis data.

4. BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

Bab ini berisi hasil dan pembahasan. Bab ini menjelaskan tentang analisis hasil penelitian mengenai hubungan stres akademik dan *Cyberloafing* pada mahasiswa Departemen Psikologi UPI. Bagian ini juga menjelaskan tentang hasil temuan penelitian berdasarkan hasil pengolahan dan analisis data serta menjawab rumusan masalah yang telah dirumuskan sebelumnya.

5. BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

Bab ini berisi kesimpulan, saran dan rekomendasi. Bagian ini berisi kesimpulan dari penelitian yang telah dilakukan yang menjawab rumusan masalah penelitian serta saran dari hasil penelitian yang dapat diterapkan untuk penelitian selanjutnya.